

CURRÍCULUM UNIVERSAL DE TRATAMIENTO

LIC. PSIC. FANNY MARIA ZUMÁRRAGA GARCÍA

Sesiones clínicas

Actividad de
extensión



OEA | CICAD





Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



CASO X

Datos generales de la persona atendida:

- **Edad:** 16
- **Sexo:** masculino
- **Escolaridad:** secundaria completa
- **Ocupación:** estudiante
- **Etapas de cambio:** preparación



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Motivo de consulta

ALCOHOL

- **INICIO CONSUMO:**
 - A los 14 años
- **Consumía:** 2 veces por semana

TABACO

- **INICIO DE CONSUMO:**
 - A los 16 años.
- **Consumía:** 7 cigarros.

MARIGUANA

- **INICIO DE CONSUMO:**
 - A los 12 años.
- **CONSUMO EN EXCESO:**
 - Hace 5 meses
- **Consumía:** 3 cigarros 6 días a la semana.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Motivo de consulta

Cocaína

- **INICIO CONSUMO:**
 - A los 14 años
- **Consumía:**
- 2 líneas en reuniones con sus amigos (15 días o mas tiempo).

Inhalables

- **INICIO DE CONSUMO:**
 - A los 12 años.
- **Consumía:**
- 2 a 3 monas en reuniones con sus amigos (15 días)

LSD

- **INICIO DE CONSUMO:**
 - A los 14 años.
- **Consumía:** Lo probó en una ocasión y consumió un cuadro que fue lo que detonó motivo de consulta.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Motivo de consulta

Problemas con su familia: pérdida de confianza y discusiones con su mamá y con su hermana.

Inestabilidad Emocional: refirió tener cambios de humor constante que le generaba conflictos con su familia.

Recuperarse en la escuela: el consumo le generó dejar de asistir a la escuela, reprobado materias y conflictos con los maestros.

Recuperarse de los efectos del consumo: Expresó que la sustancia ya no le generaba el mismo efecto que buscaba y tenía dificultad para concentrarse.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Consumo de sustancias

- **Sustancia:** Marihuana (droga de impacto)
- **Patrón de consumo:** tres cigarrillos, seis veces por semana.
- **Consecuencias asociadas:**

Alucinaciones
Problemas visuales
Problemas de atención y
concentración
Problemas para tomar decisiones
Ansiedad
Depresión
Desesperación

Irritabilidad
Mentiras
Pérdida de confianza
Pérdida de amigos
Problemas de comunicación
Agresión Física
Robo
Expulsiones
Retardos



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

ASSIST	
Tabaco	Intervención Breve (23)
Alcohol	Intervención Breve (16)
Mariguana	Tratamiento Más Intensivo (27)
Cocaína	Intervención Breve (17)
Inhalables	Intervención Breve (26)
Alucinógenos	Intervención Breve (9)
DEPENDENCIA	
DSM-V	Dependencia Grave (9 pts)
ANTIDOPING	Positivo a cannabis.



Organización de los Estados Americanos

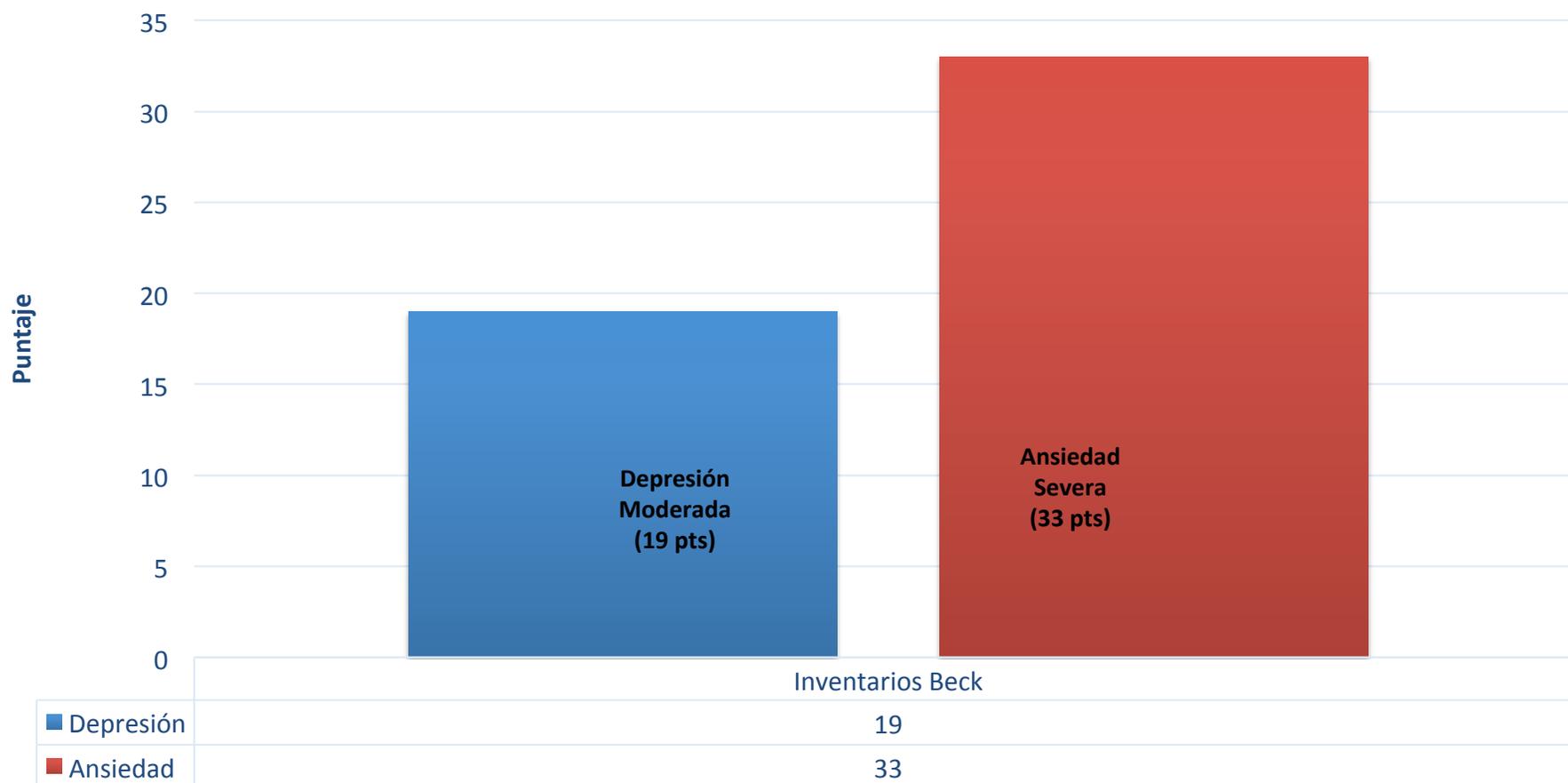


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

Síntomas de depresión y ansiedad





Organización de los Estados Americanos

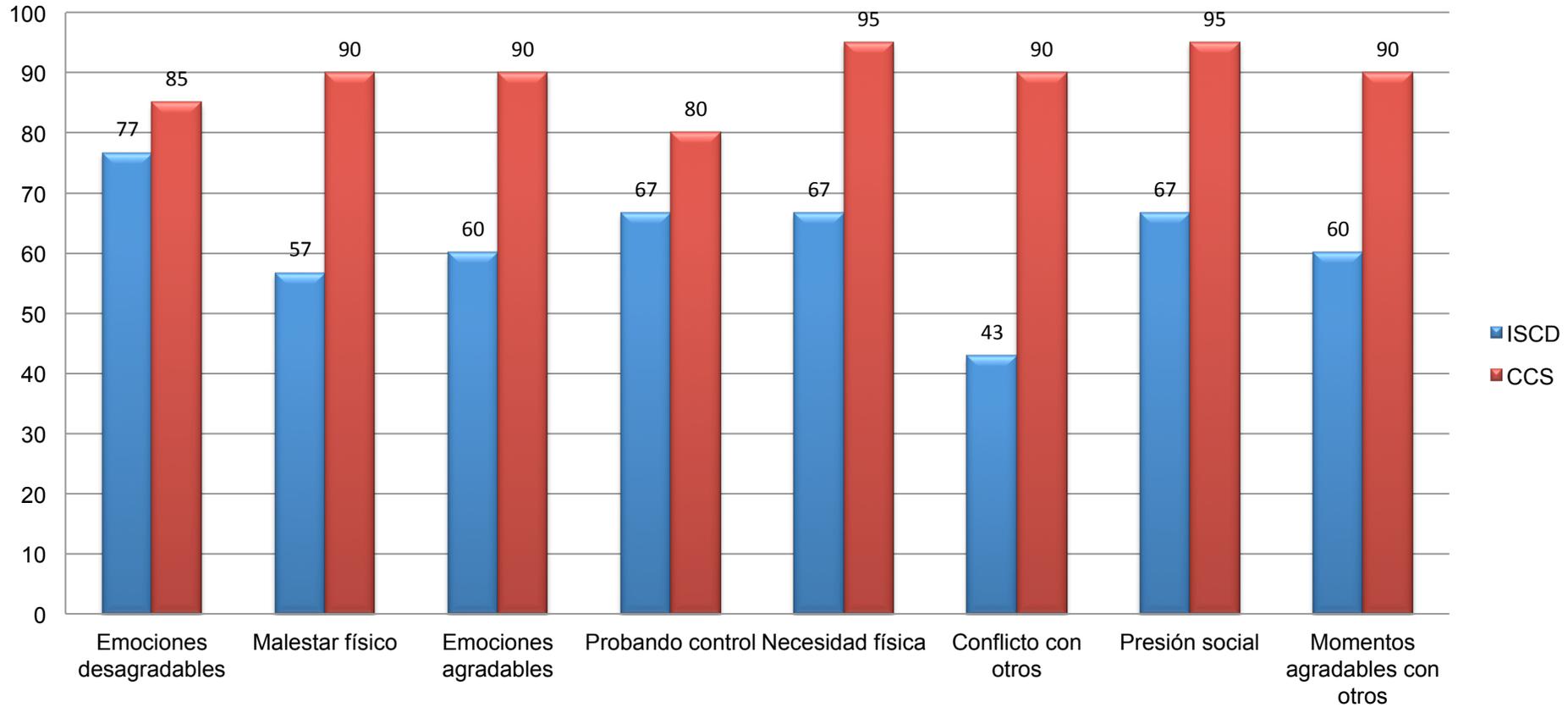


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

Situaciones de Riesgo y Confianza Situacional



Situaciones de riesgo principales

- Emociones desagradables (77%)
- Probando autocontrol (67%)
- Necesidad física (67%)
- Presión Social (67%).

Situaciones de menor confianza

- Emociones desagradables (85%)
- Probando autocontrol (Probando Control 80%)



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Intervención

- **Nivel de intervención:** Tratamiento más intensivo
- **Número de sesiones:** 12
- **Periodicidad de las sesiones:** semanal
- **Componentes implementados:**
 - Muestra de abstinencia
 - Análisis Funcional:
 - Rehusarse al consumo:
 - Control de ansiedad
 - Control de enojo
 - Establecimiento de metas



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Metas de intervención

Meta del Usuario

Abstinencia del consumo de mariguana, alcohol, tabaco, cocaína, LSD e inhalables.

Disminuir el nivel de ansiedad.

Mejorar la concentración.



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Sesión 1:

Muestra de abstinencia

- El usuario se compromete a mantenerse en abstinencia del consumo de alcohol y tabaco por 90 días (10 de enero de 2019 al 10 de abril de 2019).
- Planes de acción:

Pensamientos precipitadores

Para qué voy a la escuela
Mi mamá no me quiere

Evitar estar

Evitar estar en

Pensamientos no precipitadores

No voy a aceptar consumir
Me siento más tranquilo sin consumir
Estoy más seguro de mí mismo cuando no me drogo.

Con los amigos

La calle Contoy y en el parque donde consumía.

Estos planes de acción se modelan y se llevan a ensayo conductual, reflexionando sobre obstáculos y estrategias para enfrentarlos.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Logros obtenidos en muestra de abstinencia

- Mantener y reafirmar su compromiso con el cambio.
- Mayor seguridad de sí mismo al rehusarse a consumir.
- Favorecer la motivación y aplicar las estrategias para enfrentar las situaciones de riesgo.
- Identificar las consecuencias positivas de mantenerse en abstinencia como tener una mejor relación con su hermana y con su mamá, pasar más tiempo con la familia y disfrutar actividades recreativas como ir al cine.
- Sentirse mejor físicamente (ya no se siente cansado, puede realizar actividades como correr u otro tipo de ejercicios).



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Sesión 2: Análisis Funcional del Consumo

PRECIPITADORES

Precipitador Interno:

Pensamientos:

¿porqué le contesté a mi hermana?

“Mi mamá no me quiere”

“No me apoyó mi mamá”

Sentimientos:

Tristeza

Enojo

Sensaciones físicas:

Había frío

Precipitadores externos:

Amigos del punto

Calle Contoy

Campo

CONDUCTA

5 cigarros gruesos de mariguana (6 hrs).

6 monas (6 hrs)

3 cervezas (6 hrs).

4 cigarros (3 hrs).

2 líneas (1 hr)

CONSECUENCIAS Positivas a corto plazo

Que se me olvide
Sentirme tranquilo

Despreocupado

Felicidad

No siento culpa

CONSECUENCIAS Negativas a mediano y largo plazo

**Sentirme preocupado.
Dormir fuera de casa.
Asalto**

**Pérdida de confianza con la familia
Discusiones
Malestar emocional**

**Problemas legales
Accidentes como que me pase algo más grave
Problemas de salud**



Organización de los Estados Americanos

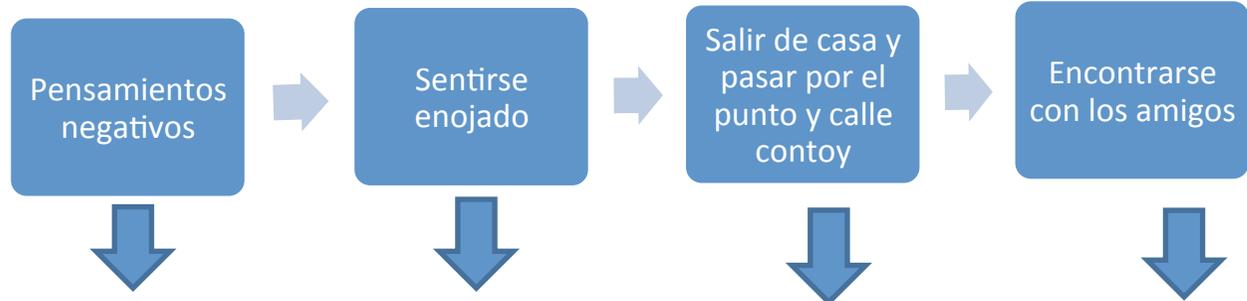


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Cadenas de cambio

Cadena de Consumo



Cadena de Cambio



Cadena de conducta de NO consumo



Se enseña la estrategia con modelamiento y ensayo conductual.

Sesión 3:

Control de ansiedad

- Las estrategias que se revisaron fueron:
 - Psico-educación emocional.
 - Detención y cambio de pensamientos.
 - Distracción del pensamiento
 - Respiración profunda.

Situación: Estar en el mercado con su mamá y ver a mucha gente.

Me siento mal, siento que me voy a desmayar, no puedo respirar	Me digo “tranquilo” no te vas a desmayar, además “estoy con mi mamá”.
Todos me están viendo, creo que piensan que consumo.	Respiro profundo y me repito: “no todos te están viendo” Distracción de pensamiento: observar lo que venden en el mercado. Platicar con su mamá sobre la lista de lo que hay que comprar.



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Registro de ocurrencia Ansiedad

SITUACIÓN	ESTRATEGIA UTILIZADA	RESULTADOS OBTENIDOS
Estar en el salón de clase y querer salir y pensar en querer consumir con los amigos	Respirar profundamente. Cambio de pensamientos como: no tiene caso salir de clase para consumir, mejor me concentro en la clase.	Permanecer en clase y sentirse menos ansioso.
Estar en un lugar público (como en el transporte) y pensar que la gente lo observa (como si supieran que consumió sustancias”.	Distracción de pensamiento: Observar/centrar la atención en otro lugar como ver los coches, los edificios.	Sentirse más tranquilo, darse cuenta de que en realidad no lo están observando y sentirse menos ansioso.

Sesión 4:

Rehusarse al consumo

- Se identificaron las ventajas de estar en abstinencia, se reforzaron las estrategias ya empleadas y complementaron con otras como negarse, recurrir a redes de apoyo, dar justificación, entre otros.
- Se realizó modelamiento y ensayo conductual en situaciones específicas como al salir de la escuela, encontrarse a un amigo.
- Se exploraron otras situaciones de riesgo como estar solo, discutir con su mamá o con su hermana y se elaboraron planes de acción utilizando estas estrategias.

Sesión 5: Control de enojo

- De acuerdo con los resultados de evaluación, sentir emociones desagradables como enojo pueden llevar a situaciones de riesgo al usuario. Por lo tanto, se proporcionó información sobre este componente, qué es, cuál es su utilidad, el ciclo del enojo y las estrategias que se pueden utilizar.
- Las estrategias de control de enojo que se practicaron con el usuario en la sesión fueron las siguientes:
 - Tiempo fuera.
 - Distracción de pensamientos.
 - Auto-instrucciones positivas.
 - El usuario identificó situaciones que le generan enojo.



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Registro de ocurrencia de “enojo”

Suceso Negativo	Pensamientos Calientes	Conducta	Consecuencias negativas
Discutir con su hermana y con su mamá por llegar tarde.	<p>“Para que me esfuerzo”</p> <p>“Mi mamá se pone de su parte”</p> <p>“Mejor me voy de aquí”</p>	<p>Salir de la casa</p> <p>Insultar</p> <p>Aventar objetos</p>	<p>Consumir.</p> <p>Dormir en la calle.</p> <p>Tener frío.</p> <p>Asalto.</p> <p>Dejar preocupada a mi mamá y a mi hermana.</p>
Suceso Negativo	Pensamientos Positivo	Cambio de conducta	Consecuencias Positivas
Discusión con su mamá y su hermana.	<p>Tranquilo, respirar profundo.</p> <p>Mejor espero a que se me calme.</p> <p>Cuando estemos más tranquilos todos voy a hablar.</p>	<p>No entrar en un conflicto.</p> <p>Retirarme a mi habitación.</p>	<p>Después de un rato, mi mamá se acercó y pudimos platicar.</p> <p>Reconciliarme.</p> <p>No hubo consumo.</p> <p>Platiqué con mi hermana.</p> <p>Salimos al cine esa tarde.</p> <p>Sentirme tranquilo.</p>



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



- **Sesión 6: Metas de vida**
- **El usuario se establece metas en diferentes área de su vida**

Metas	Acciones	Frecuencia
Regresar a clases.	<ul style="list-style-type: none"> • Reunir los papeles para reinscribirme. • Obtener mi horario escolar. • Tener listo mi uniforme y mochila desde una noche antes. • Levantarme temprano. • Entrar a mis clases. 	De lunes a viernes.
Realizar ejercicio.	<ul style="list-style-type: none"> • Tener ropa cómoda para realizar ejercicio. • Establecer un horario fijo. • Programar mi alarma. 	Tres veces por semana de 5:00 pm a 6:00 pm.
Ayudar en las tareas del hogar como limpiar, barrer, lavar platos.	<ul style="list-style-type: none"> • Lavar los trastes después de comer en lugar dejarlos hasta que se acumulen. • Barrer todos los días. • Preguntarle a mi mamá si requiere apoyo en algo más. • Realizar las actividades en por las tardes cuando estoy solo. 	• De 3 a 4 veces por semana.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Logros obtenidos

- El entrar a sus clases también ha favorecido concentrarse más.
- Mejor relación y comunicación con su mamá.
- Sentirse más tranquilo al limitar su tiempo de ocio.
- Mayor seguridad para establecer nuevas metas como el salir más seguido a lugares públicos, incrementar su rendimiento escolar, aumentar su rendimiento físico.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Evaluación post

Egreso:

- El usuario reporta estar seis meses en abstinencia de consumo de drogas.
- Actualmente regresó a clases y asiste con regularidad.
- Hay mejorado la relación con su mamá y con su hermana ya que disfruta actividades recreativas con ellas.
- Mantiene relaciones con amigos que no consumen sustancias.
- Antidoping: Negativo (saliva y orina).



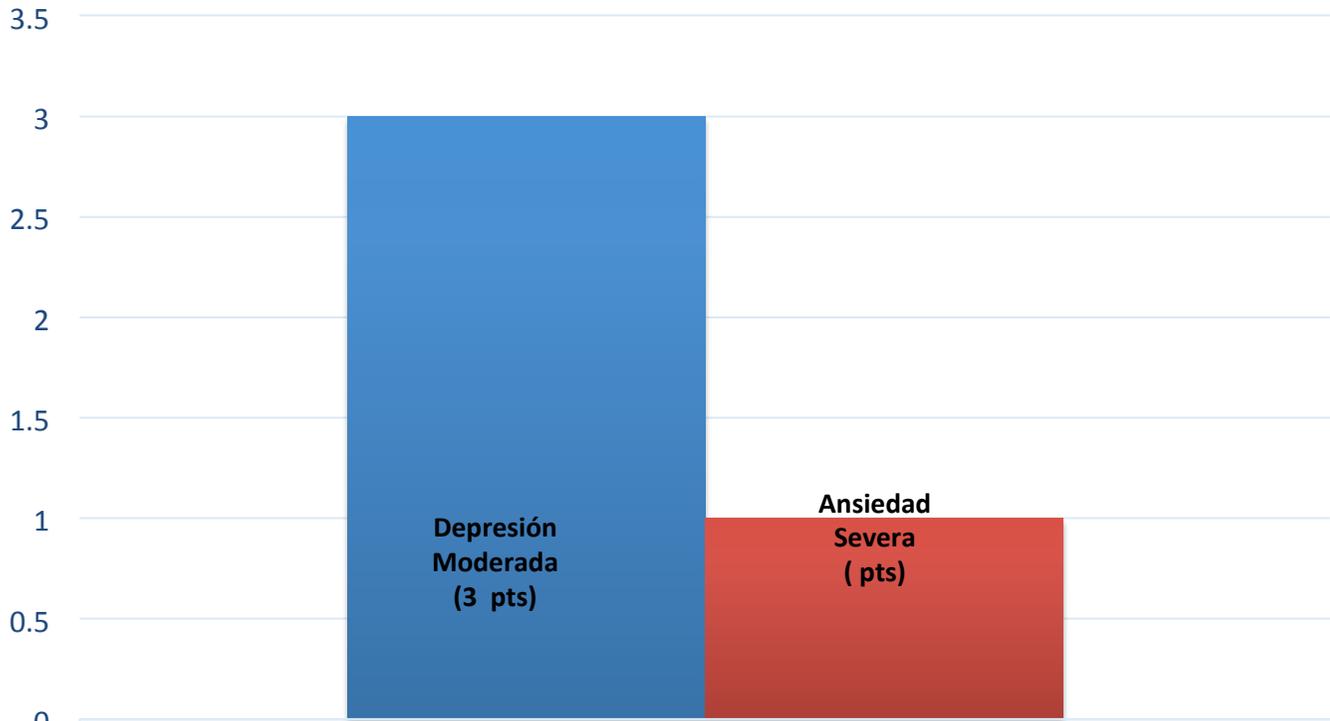
Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Síntomas de depresión y ansiedad



Se reconoce al usuario la constancia de su asistencia al tratamiento y el empleo de las estrategias revisadas.

■ Depresión	3
■ Ansiedad	1



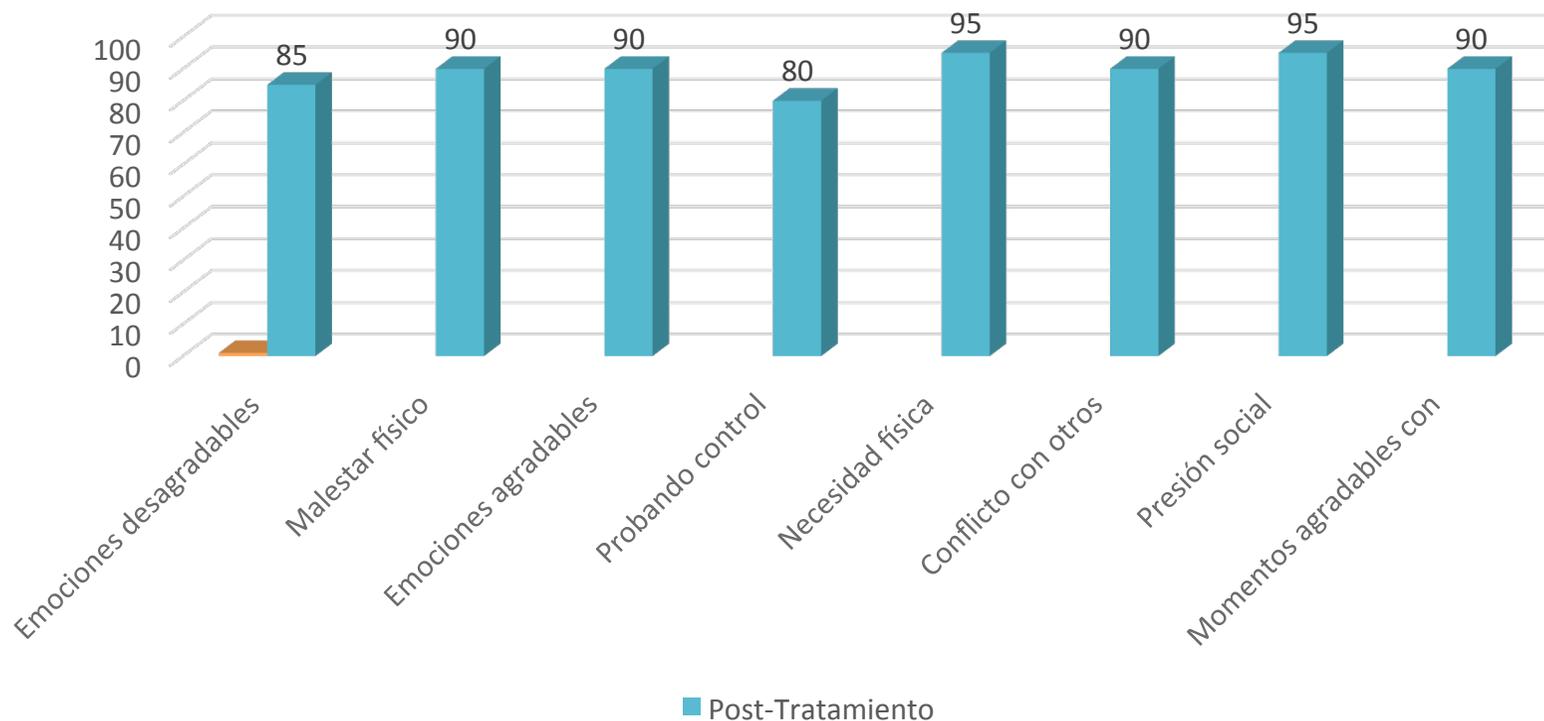
Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



CONFIANZA SITUACIONAL





Organización de los Estados Americanos

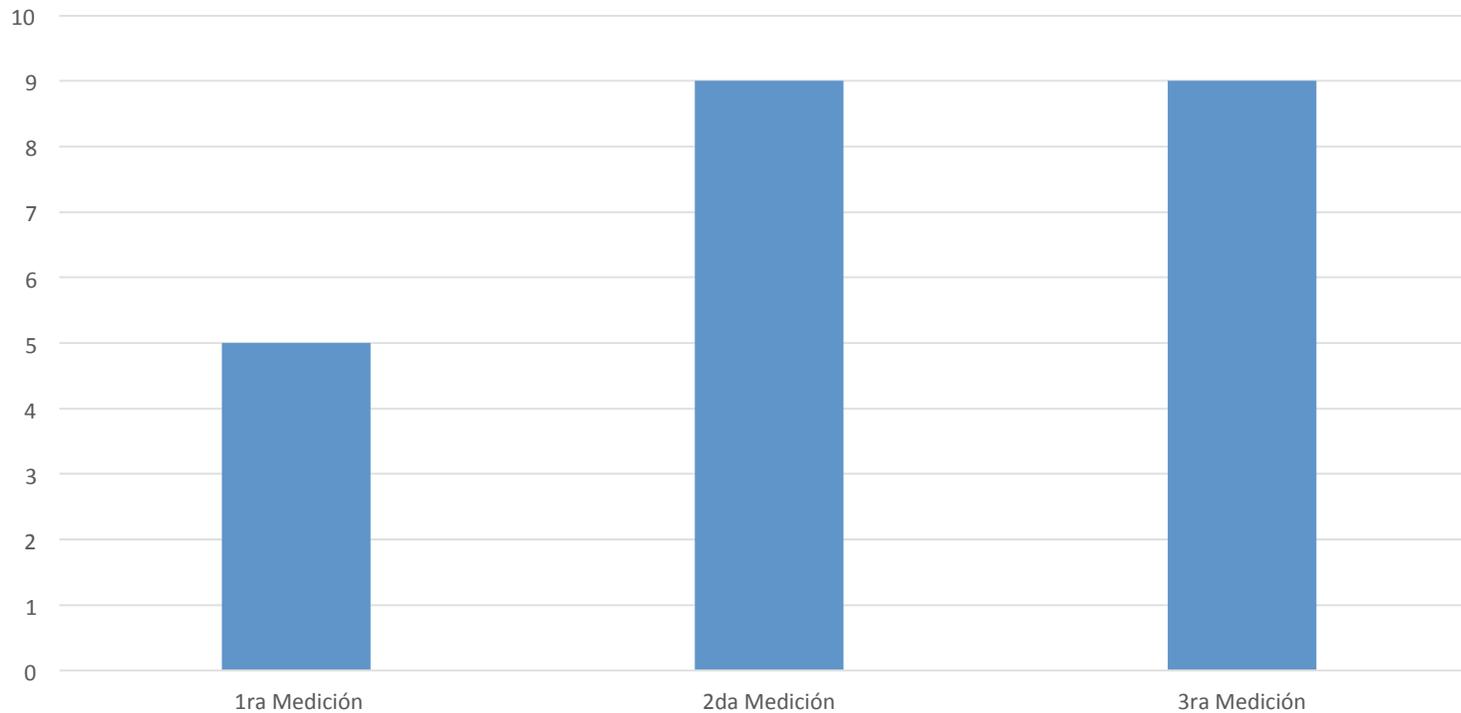


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Resultados de tratamiento

Salud Psicológica





Organización de los Estados Americanos

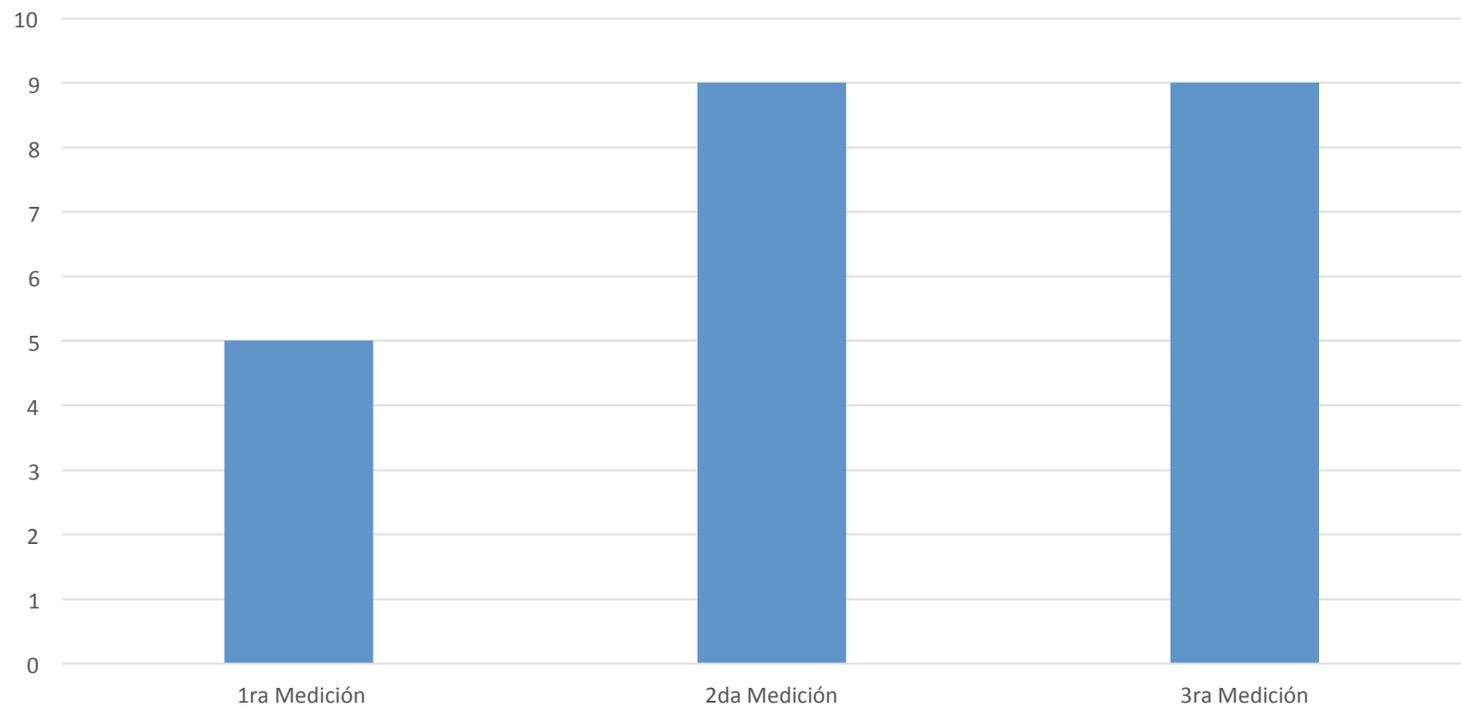


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Resultados de tratamiento

Salud Física





Organización de los Estados Americanos

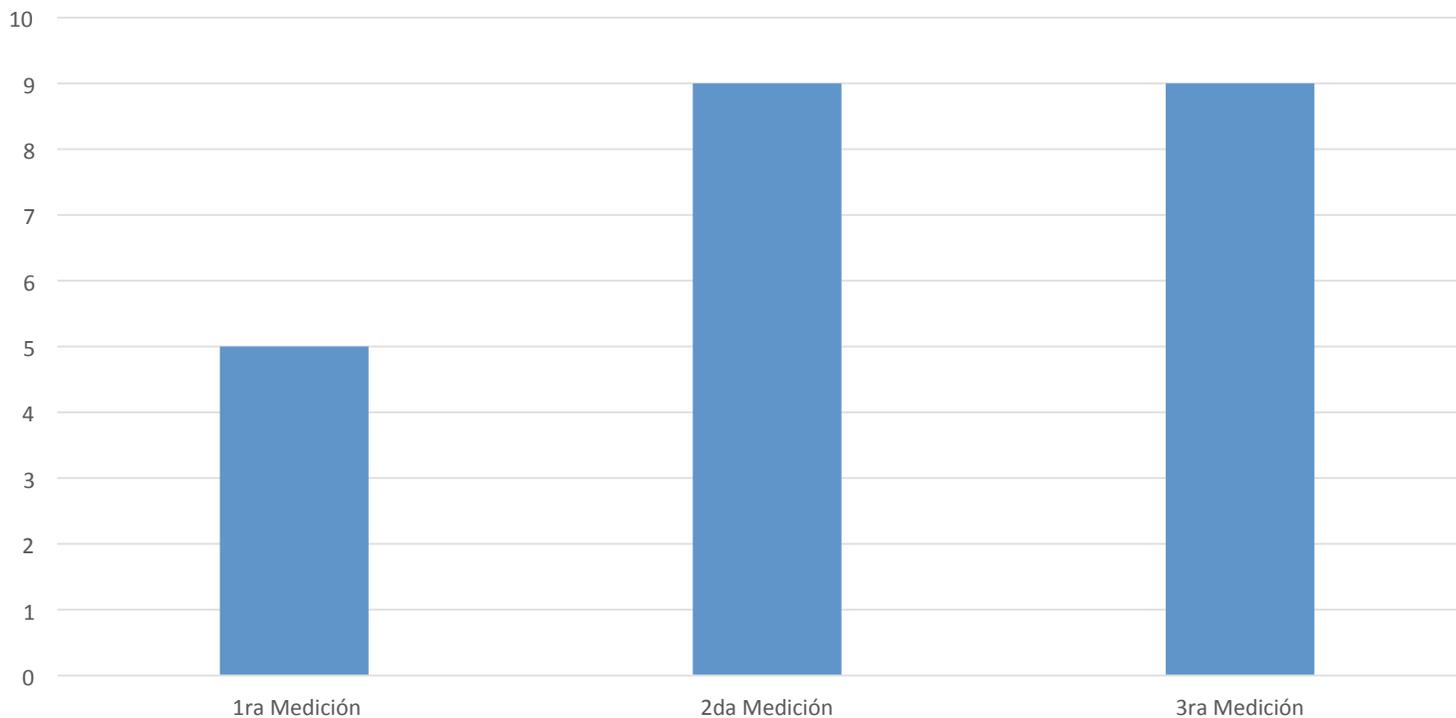


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Resultados de tratamiento

Satisfacción con la vida





Organización de los Estados Americanos

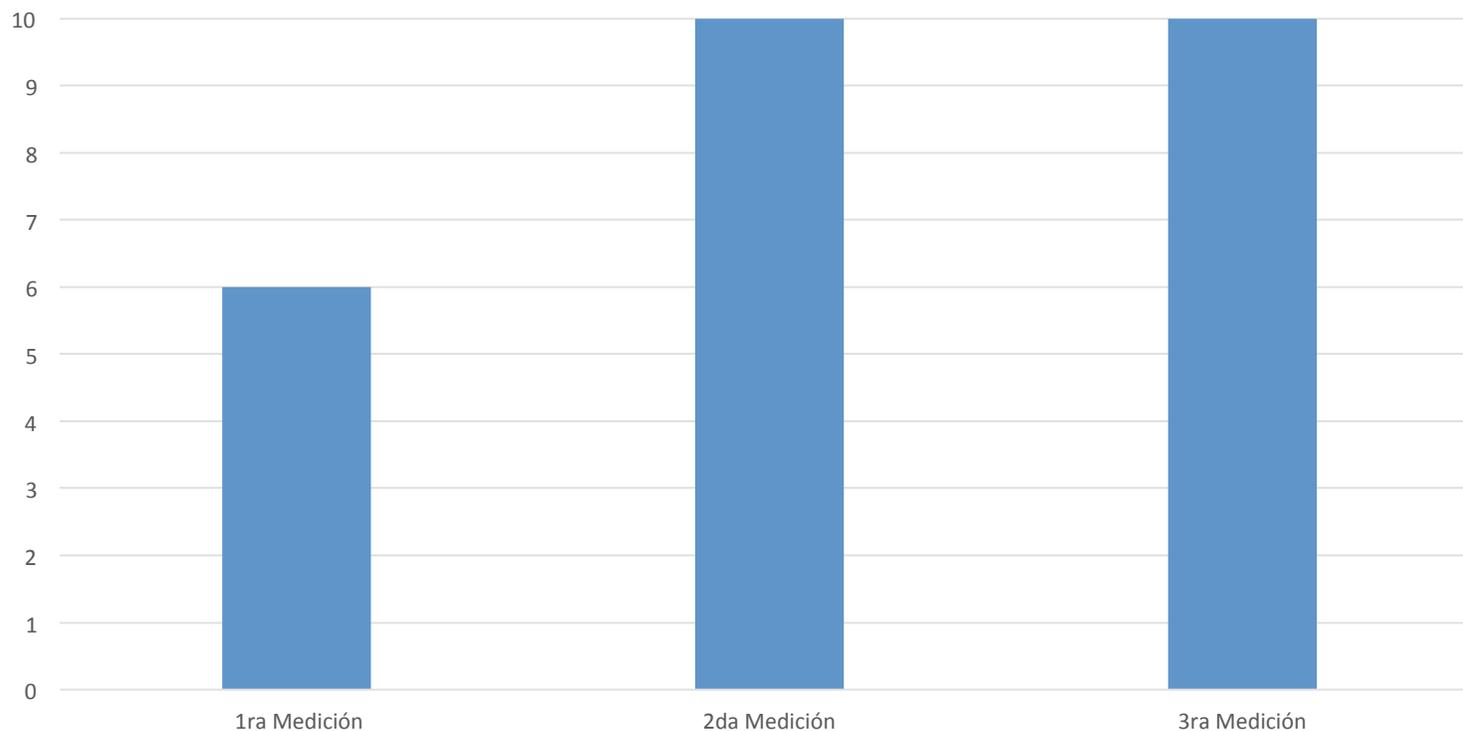


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Meta 1

Abstinencia





Organización de los Estados Americanos

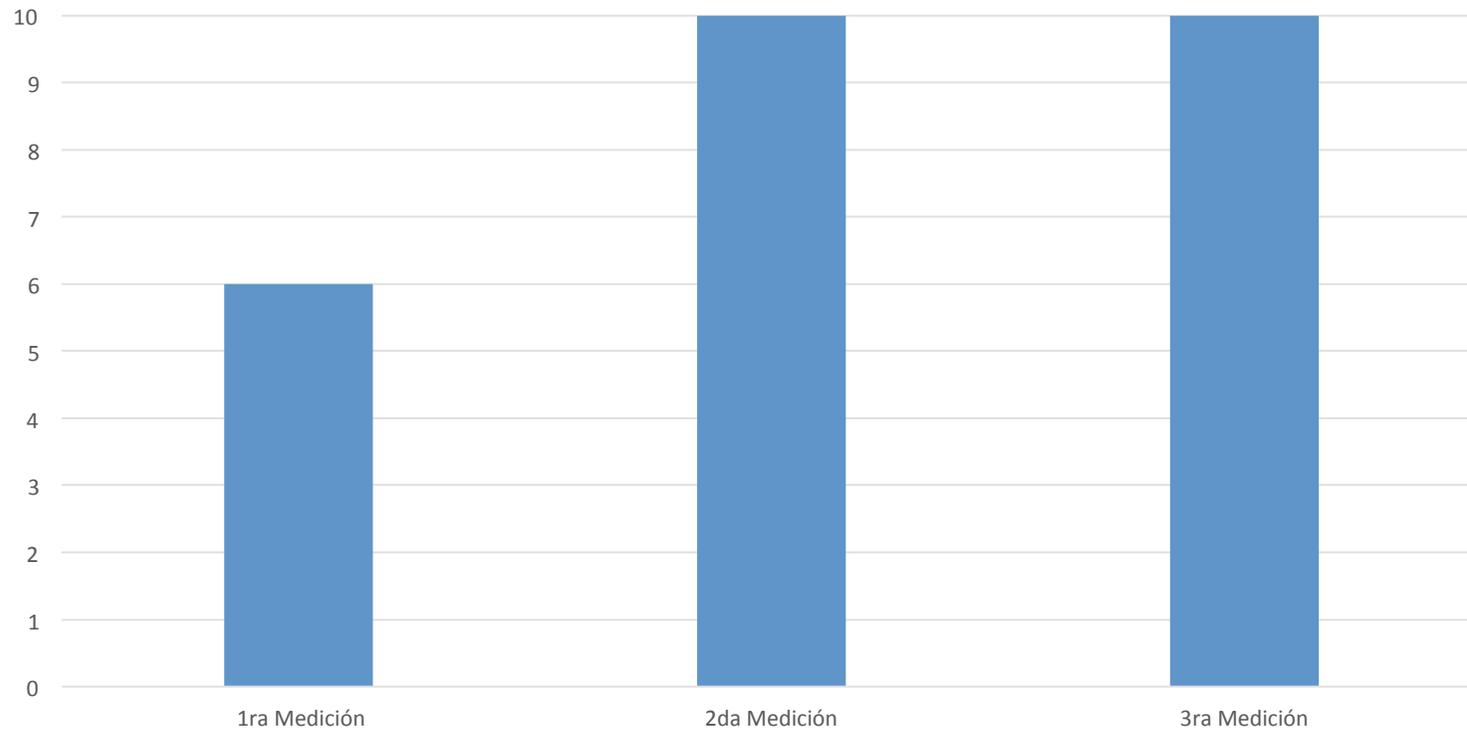


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Meta 2

Disminuir el nivel de ansiedad





Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Meta 3

Mejorar la concentración

